



อย่าหัวเราะที่เธออยู่เลย

ท่านทั้งหลาย

จงยินดีในความไม่ประมาท

จงตามรักษาจิตของตน

จงถอนตนขึ้นจากหล่ม

ประหนึ่งช้างที่จมลงในเปือกตม ถอนตนขึ้นได้จะนั้น





อย่ามัวประมาทอยู่เลย

๒๖๒

วันคืนล่วงไปๆ สรรพสิ่งและสรรพสัตว์ทั้งหลาย ล้วนมีการเปลี่ยนแปลงไปตามกาลเวลา ไม่ว่าจะเป็นต้นไม้ใบหญ้า ธาราบ้านช่อง คน สัตว์ สิ่งของ ทั้งหมดเหล่านี้ ล้วนมีการเปลี่ยนแปลงอยู่เสมอ เหมือนดอกไม้ แต่เดิมเราเคยเห็นมันเป็นต้นเล็กๆ ไม่นานก็เจริญเติบโตขึ้น แตกใบแผ่กิ่งก้านสาขา ผลิดอกออกผล ให้ความสดชื่นแก่ทุกชีวิต ครั้นไม่นานดอกไม้ที่ดูสวยสดงดงามนั้น ก็เหี่ยวแห้งร่วงโรยไปตามกาลเวลา ชีวิตของเรา ก็เช่นเดียวกัน กำลังเปลี่ยนแปลงไปสู่ความเสื่อมสลาย เราจึงไม่ควรประมาทในชีวิต

พระลัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสไว้ใน ขุททกนิกาย ธรรมบทว่า

“อุปมาทรตา โทถ สจิตตมนุรุทล

ทุคคา อุทธรตตตานํ ปงเก สนโนว กุณฺขโร

ท่านทั้งหลาย จงยินดีในความไม่ประมาท จงตามรักษาจิตของตน จงถอนตนขึ้นจากหล่ม ประหนึ่งช้างที่จมลงในเปือกตม ถอนตนขึ้นได้ฉะนั้น”

เป้าหมายสูงสุดของมนุษย์ทุกคน คือ ทำตนให้หลุดพ้นจากกิเลสอาสวะ พ้นจากกรอบอวิชชาที่เขายับยั้งบัญชาไว้ แล้วมุ่งสู่อายตณนิพพาน อันเป็นเอกัณตบรมสุข เป็นสุขล้วนๆ ที่ไม่มีทุกข์เจือปนเลย และการจะไปให้ถึงเป้าหมายนั้นได้ จะต้อง



อย่ามัวประมาทอยู่เลย

๒๖๓

ทুম่เทชีวิตจิตใจ ผักใจให้หยุดนิ่งตลอดทั้งวันทั้งคืน โดยไม่ประมาท เพราะเส้นทางสายนี้ยาวไกลเกินกว่าคนที่ใจยังไม่หยุดนิ่งจะไปถึง แต่ถ้าทำใจหยุดนิ่งได้เมื่อไร หนทางนั้นก็ใกล้เข้ามา ไม่ช้าเรา ย่อมไปถึงจุดหมายปลายทางได้

การจะไปให้ถึงจุดหมายปลายทางนั้น ต้องมีสติปัญญา และไม่ประมาท เพราะความประมาทเป็นภัยในสังสารวัฏ เป็น เหตุให้ต้องพบกับความทุกข์ทรมานในอบายภูมิ อีกทั้งเป็นต้น ทางนำไปสู่การเวียนว่ายตายเกิดอย่างไม่รู้จักจบสิ้น ผู้ประมาท จึงเปรียบเสมือนผู้ที่ตายแล้ว คือ ตายจากความดี จากกุศล ธรรมทั้งปวง ทำให้ห่างเหินจากหนทางพระนิพพาน ดังนั้น พระพุทธองค์จึงทรงสอนย้ำว่าอย่าประมาท อย่ามัวยินดีที่เรา อายุยังน้อย สุขภาพร่างกายยังแข็งแรง จึงทำให้ชะล่าใจ ไม่เร่ง ขวนขวายในการสร้างบารมี

พระโพธิสัตว์เป็นต้นแบบของผู้ที่ไม่ประมาทในชีวิต *ในอดีตท่านได้บังเกิดเป็นพระโอรสองค์เล็กที่สุดในจำนวนพระ-โอรสทั้งหมด ๑๐๐ พระองค์ของพระเจ้าพรหมทัต ในกรุงพาราณสี ครั้งนั้นพระปัจเจกพุทธเจ้าได้เสด็จมาฉันภัตตาหารที่พระบรม มหาราชวัง และตรัสบอกพระโพธิสัตว์ว่า “ถ้าพระองค์ได้เดิน



อย่ามัวประมาทอยู่เลย

๒๖๔

ทางไปนครดักกลาโดยไม่ประมาท ก็จะได้เป็นกษัตริย์ แต่ถ้าประมาทก็จะไม่ได้ราชสมบัติในพระนครนี้ เพราะระยะทางจากนี้ถึงนครดักกลา มีพวักยักษิณียคอยหลอกข่มามนุษย์กินเป็นประจำ หากพระองค์มีสติไม่ประมาท รู้จักสำรวจอินทรีย์ ไม่สนใจไยดีกับนางยักษิณียเหล่านั้น ก็จะได้เป็นกษัตริย์ที่นครนั้นภายใน ๓ วันนี้แหละ”

พระโพธิสัตว์ได้รับโอวาทจากพระปัจเจกพุทธเจ้าแล้ว ก็อำลาพระราชบิดา และพระราชมารดา เพื่อออกเดินทางไปยังนครดักกลาพร้อมเหล่าอำมาตย์อีก ๕ คน ที่ตามเสด็จไปอารักขา ระหว่างทางเหล่ายักษิณียเห็นว่า มีมนุษย์ผ่านมา จึงได้เนรมิตกายเป็นหญิงสาวผู้งดงาม ตกแต่งประดับประดาประหนึ่งนางฟ้า บางพวกก็ประดับด้วยดอกไม้ บางพวกก็แปลงเป็นแม่ค้าเปิดร้านอาหาร บางพวกก็เนรมิตที่หลับที่นอนอ่อนนุ่มคอยต้อนรับเป็นต้น

อำมาตย์ที่ตามเสด็จล้วน เป็นผู้ชื่นชอบในรูปสวยๆ งามๆ เมื่อเห็นหญิงเหล่านั้น ก็เกิดติดอกติดใจ ถูกความกำหนัดยินดีเข้าครอบงำ พระโพธิสัตว์นึกถึงโอวาทของพระปัจเจกพุทธเจ้าที่ได้ให้ไว้ก่อนออกเดินทาง จึงสำรวจอินทรีย์ ตัดใจไม่ให้ไปยินดีในรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ท่านมองดูลูกนัยน์ตาสาวงามเหล่านั้น เห็นนัยน์ตาแดงก่ำ แข็งกระด้าง ก็รู้ว่าเป็นพวกนางยักษ



อย่ามัวประมาทอยู่เลย

๒๖๕

แปลงมา จึงบอกอำมาตย์ทั้งหลายว่า หญิงเหล่านี้เป็นยักษ์ฉนิที่แปลงตัวมา แต่ไม่มีใครเชื่อ ต่างละทิ้งพระกุมารไปหานางยักษ์ฉนิกันหมดต่อมาไม่นานอำมาตย์ทั้งหมดก็ถูกยักษ์ฉนิจับกินเป็นอาหารเหลือแต่พระโพธิสัตว์เพียงลำพังเท่านั้น

นางยักษ์ฉนิคิดว่าบุรุษนี้มีใจเข้มแข็งเราจะต้องจับกินให้ได้ นางเดินตามหลังพระโพธิสัตว์ไปเรื่อยๆ จนถึงปากทางออกจากป่าใหญ่ พบพวกคนหาของป่า คนเหล่านั้นกล่าวกับพระโพธิสัตว์ว่า “กุมาริกาที่เดินตามหลังท่าน น่ารักน่าทะนุถนอมเหมือนพวงดอกไม้งาม ผิวพรรณงามเหมือนดังทอง เหตุใดท่านจึงปล่อยให้นางลำบากไม่เจุนางไปด้วยเล่า” พระโพธิสัตว์กล่าวว่า “พ่อคุณทั้งหลาย นั้นไม่ใช่ภรรยาของเรา แต่เป็นยักษ์ฉนิ คนของเรา ๕ คน ถูกมันจับกินไปหมดแล้ว”

ยักษ์ฉนิจึงแสร้งกล่าวว่า “ท่านทั้งหลาย ธรรมดาผู้ชายในยามโกรธ ก็คิดว่าภรรยาของตนเป็นนางยักษ์นางเปรต ท่านอย่าได้ถือสาสามีของข้าเลย” พระโพธิสัตว์ไม่ยากต่อล้อต่อเถียงกับนางยักษ์ฉนิ จึงมุ่งหน้าเดินทางต่อไป จนถึงนครตักสิลา

ขณะพระโพธิสัตว์กำลังประทับนั่งที่ศาลาหลังหนึ่งเพื่อพักเหนื่อย เป็นเวลาเดียวกันกับที่พระราชแห่งนครตักสิลา กำลังเสด็จชมพระนคร พระราชาทอดพระเนตรเห็นหญิงงามที่



อย่ามัวประมาทอยู่เลย

๒๖๖

เดินตามหลังพระโพธิสัตว์ ทรงมีจิตปฏิพัทธ์ จึงตรัสเรียกให้มา
เข้าเฝ้า และแต่งตั้งนางเป็นอัครมเหสี คือนั้น ขณะพระราช
บรรทมหลับสนิท นางยักษิณีได้ไปชวนพรรคพวกของตนที่เมือง
ยักษ ให้เข้ามาจับคนในวังเคี้ยวกินตายหมด เหลือเพียงกระดูก
เท่านั้น

ชาวเมืองเห็นประตูวังยังไม่เปิด จึงพากันฟังประตูเข้าไป
พบแต่ความเงียบสงบ เมื่อเข้าไปภายในวัง พบทุกหนทุกแห่ง
เคลื่อนไปด้วยกระดูก ครั้นชักใช้ถึงต้นเหตุจึงรู้ว่าเป็นเพราะนาง
ยักษที่พระราชาทรงหลงใหล แล้วแต่งตั้งให้เป็นมเหสีนั่นเอง
คนในวังถึงต้องประสบกับความวิบัติในเวลาเพียงคืนเดียว

ส่วนพระโพธิสัตว์ไม่ได้รับอันตรายใดๆ เพราะท่านอยู่ใน
โอวาทของพระปัจเจกพุทธเจ้า มีพระรัตนตรัยเป็นสรณะ และมี
สติสัมปชัญญะ ตักเตือนตนเองตลอดเวลาไม่ให้ประมาท ทำให้
พวกยักษ์ไม่มีโอกาสทำอันตรายท่านได้ เมื่อชาวเมืองรู้ความ
จริงทั้งหมด ต่างพากันสรรเสริญพระโพธิสัตว์ว่า เป็นบุคคล
พิเศษที่เอาชนะนางยักษิณีได้อย่างน่าอัศจรรย์และลงความเห็น
ว่าบุคคลท่านนี้แหละ ที่จะสามารถปกครองบ้านเมือง ให้รอดพ้น
จากอันตรายได้ จึงพร้อมใจกันสถาปนาให้ท่านเป็นพระเจ้าแผ่นดิน
ปกครองนครตักกิลาทต่อไป



อย่ามัวประมาทอยู่เลย

๒๖๓

เพราะฉะนั้น การมีสติคุ้มครองอินทรีย์ ไม่ให้ใจไปติดกับ
สิ่งภายนอก ที่เป็นมายาล่อหลอก จึงเป็นสิ่งที่บัณฑิตพึงกระทำ
ให้ยิ่งๆ ขึ้นไป เพื่อชีวิตจะได้ประสบกับความสวัสดิมีชัย ความ
สุขความเจริญรุ่งเรือง ส่วนผู้มีสติย่อหย่อน ไม่ได้คุ้มครองจิต
ของตนปล่อยให้ใจไปหลงติดในอารมณ์ที่น่าใคร่ น่าปรารถนาต่างๆ
ย่อมตกเป็นเหยื่อของพญามาร เพราะมารย่อมข่มเหงผู้ที่เห็น
อารมณ์ว่างาม ความลุ่มหลงในสิ่งไม่ดีต่างๆ เหล่านี้ จะทำให้
ชีวิตของเราระทมทุกข์ไปตลอด ฉะนั้น จงอย่าได้ไม่ควรประมาท
หมั่นฝึกสติคุ้มครองอินทรีย์ รักษาใจให้อยู่ภายในกลางตัว ณ
ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ เรื่อยไป เพื่อเราจะได้ปลอดภัยจากภัย
พิบัติทั้งหลาย

นอกจากนี้ ให้ขยันประพฤติปฏิบัติธรรม หมั่นปฏิบัติให้
สม่ำเสมอทุกวัน อย่าให้ขาด รักษาจิตของเรา เช่นเดียวกับคนที่
ประคองถาดน้ำมันที่เต็มเปี่ยมเสมอขอบถาด มีสติประคับ
ประคองไว้บนศีรษะไม่ให้หก การรักษาใจของเราก็เช่นเดียวกัน
ประคับประคองใจไว้ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ อย่าให้ซัดส่าย
ออกไปนอกตัว ถ้าเราหมั่นประคองใจให้หยุดนิ่งอยู่เสมอ ไม่ช้า
เราจะได้เข้าถึงพระธรรมกายกันทุกคน

